

프로그램 운영일정

2026년 09월 / 간략형

가족사랑재가복지센터

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	2 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 달력만들기 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 다트던지기	3 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 달력만들기	4 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 만다라그리기	5 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 가요부르기(&가요배우기)
6	7 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 투호(전통놀이)	8 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	9 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 감염병예방과 관련지침 교육	10 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 계산하기(덧셈, 뺄셈, 곱셈 등)	11 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 색칠놀이	12 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 웃놀이
13	14 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 볼링게임	15 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	16 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 오재미놀이	17 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 규칙찾아 색칠하기	18 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 오려붙이기	19 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 웃놀이
20	21 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 게이트볼 게임	22 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	23 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 생신잔치	24 추석 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 만들기	25 추석	26 추석 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 가요부르기(&가요배우기)
27	28 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 고리던지기	29 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 가로세로 낱말퀴즈(초급, 중급, 고급) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	30 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 볼링게임			